Telugu

మూలికా చికిత్సా శాస్త్రం

ఒక సందర్శిక

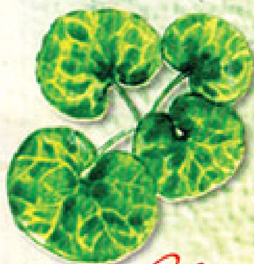
MULIKA CHIKITSA SASHTRA













హిందీ మూలం: డా॥ ప్రణవ్ పండ్యా, యం.డి.

మూలికా చికిత్సా శాస్త్రం

ఒక సందర్శిక

(Mulika Chikitsa Sashtra)



హిందీ మూలం :

డా॥ ప్రణవ్ పండ్యా

అధ్యక్షులు, అఖిల విశ్వగాయత్రీ పరివార్

అనువాదం :

డి.వి.ఎన్.బి. విశ్వనాథ్

Book Name : Mulika Chikitsa Sashtra

Language : Telugu

Book Code : TL0134

Author by : Yugarishi Vedmoorti Taponishtha
Pandit Sriram Sharma Acharya

Translated by : D.V.N.B. Vishwanath

Edition & Copies : 8th & 3,000

Month & Year : October, 2014

Price : Rs. 8.50

Publishers : Shri Vedamata Gayatri Trust - Hyderabad

Zonal Office : Gayatri Chetna Kendram
H.No. 5-283, Near Aswini House
H.P. Road, Moosapet, Hyderabad - 500 018
E-mail : gckhyderabad@gmail.com
Ph : 040-23700722, 99491 11175

A. P. Centres :
Gayatri Shakti Peeth, Narakoduru - 0863-2534440, 95428 16999
Yug Shakti Gayatri Kendra, Vijayawada-0866-6616570, 93948 63262
Yug Shakti Gayatri Kendra, Vizag - 99491 73022, 94901 32923
Gayatri Pragya Peeth, Goshamahal, Hyd. - 040-24617643, 93930 02165
Gayatri Pragya Peeth - Kamareddy 95502 85789, 80089 50908

Head Office : Shantikunj, Haridwar, Uttarakhand - 249 411
Ph. : 01334-260602, 260403,
Fax : 01334-260866
E-mail : south@awgp.org
Website : www.awgp.org
www.dsvv.org

మూలికా చికిత్సా శాస్త్రము

భూమిక (ఉపోద్ఘాతము)

ప్రకృతి మనుష్యుని కొరకు అన్ని వస్తువులనూ సమకూర్చి పెట్టింది. వైద్యం కోసం వనమూలికలను ప్రసాదించింది. ఈ విధమైన చికిత్స సర్వసులభము, ప్రతి క్రియలేనిది, చౌక. వనమూలికా చికిత్స అపప్రధలకు లోనుగావటానికి కారణం మూలికలను గుర్తించే విజ్ఞానం లోపించడమే. ప్రతి మూలికను, సరియైన ఋతువులో, సరియైన స్థానంలో, సేకరించి, సరియైన పద్ధతిలో నిల్వచేసినప్పుడు అద్భుతమైన ప్రభావం చూపగలుగుతుంది.

యుగఋషి పండిత శ్రీరామశర్మఆచార్య గురుదేవుల ఆశీర్వాదంతో బ్రహ్మవర్చస్ ప్రయోగశాల ఈ దిశలో చక్కని ప్రయోగాలు చేస్తూ, సత్ఫలితాలను పొందగలుగుతున్నది. ఎంపిక చేసిన వనమూలికలతో షుమారు 80 శాతం వ్యాధులు సులభంగా నయం చేయబడుతున్నాయి. ఇటువంటి సరళమైన, సుగమమైన చౌకయైన ప్రభావశాలియైన, చికిత్సా పద్ధతిని అందరికీ అందుబాటులోనికి తేవడానికి ఈ పుస్తకం ప్రచురింపబడుతున్నది. వనమూలికలను గుర్తించటం, గుణముల, ప్రయోజనముల విధి విధానం వీలైనంత స్పష్టంగా తెలుపడానికి ప్రయత్నం చేయబడింది.

ఈ పుస్తకంలో, మనదేశంలో అతిసులభంగా అన్ని ప్రాంతాలలోనూ లభ్యమయ్యే, సేకరింపబడగలిగిన వనమూలికలు మాత్రమే ఎంపిక చేయబడినాయి. గురుదేవులు కోరింది గూడా యిదే. ఈ విద్యను వికసితం చేసి రోగ నివారణతోపాటు ప్రజలందరూ ప్రాణశక్తి సంవర్ధనం గూడా పొందగల్గుతారు. ఋషుల చేత ఈ విద్య తిరిగి జనులందరికీ అందుబాటులోనికి రావాలని మా కోరిక.

ఇందు ప్రయోగింపబడిన వివిధ శబ్దముల వివరణ

1) **క్వాథము**	:	ఔషధిని నీటిలోవేసి నాలుగవ వంతుకు వచ్చే వరకూ మరగబెడితే లభిస్తుంది.
2) **ఫాంటము**	:	ఔషధిని నాలుగురెట్లు మరుగుతున్న నీటిలోవేసి చల్లారిన తరువాత ఉపయోగించాలి.
3) **కల్కము**	:	ఔషధిని నీటితో నూరి పచ్చడివలె చేయాలి.
4) **హిమము**	:	ఒక తులం ఔషధీ చూర్ణం 6 తులాల నీటిలో వేసి, మట్టి లేక కంచుపాత్రలో ఒక రాత్రి అంతా నానబెట్టి ఉదయం నలిపి వస్త్రకాళితం పట్టి ఉపయోగించాలి.
5) **స్వరసము**	:	తాజాగా ఉన్న ఔషది రసం తీయడం.
6) **ఘనసత్వము**	:	క్వాథమును గడ్డ కట్టేవరకూ మరగబెట్టిన తరవాత లభించే ఘనపదార్థం
7) **చూర్ణము**	:	పరిపక్వమైన ఔషధిని ఎండబెట్టి పొడిచేయాలి.
8) **కాండము**	:	లత లేక మొలక ఆకులతో కూడినది.
9) **పంచాగము**	:	వేరు, కాండము, ఆకులు, పూలు, పండ్లు కలిపి.
10) **క్షుపము**	:	మొలక, మొక్క

పరిమాణ వివరణ

1 సీ.సీ = ఒక చెంచా, 1 ఔన్సు = 2 తులాలు

1 తులము = 12 గ్రాములు, 1 మాషము = 1 గ్రాము

వనమూలికా చికిత్సా విధి

భవిష్యత్తులో ప్రతి వస్తువుకూ కరువు ఉండకపోవచ్చు. టెక్నికల్‌గా ఎంతో అభివృద్ధి చెంది ఇది సంభవం కావచ్చు. మహావినాశానికి ఎంతగా తయారీ జరిగినా, వివేకం గూడా వెలుగొందవచ్చు. అజ్ఞానం, అభావం, దూరమై ఒక సద్భావన పూర్ణసమాజం వికసిస్తుంది. మరొక వంక అనుమానం గూడా ఉండనే ఉన్నది. ప్రస్తుత జీవన పద్ధతి, చింతనా వికృతి, ఆధునిక వికాసం ఎంతగా ఉన్నప్పటికీ, స్రష్ట యొక్క రాజకుమారుడు, జీవ జంతువులన్నిటికీ శిరోమణియైన మానవుడు, తన సాధన సంపత్తిని సద్వినియోగం చేస్తున్నాడా? తనకు తాను సర్వాంగీణమైన ఆరోగ్యాన్ని సమకూర్చుకొనగలుగుతున్నాడా? ప్రస్తుతం పరుగులు పెట్టే తరుణంలో, అతడు తన జీవనశక్తిని కోల్పోతున్నాడు. భ్రాంతులు, ఆవేశములు, ఉత్తేజన, వ్యథ మొదలైన మనోవికారగ్రస్తులైన వ్యక్తుల సంఖ్య పెరిగిపోతున్నది. పైకి ఆరోగ్యంగా కనిపించినా మేడిపండు వలె లోపల వ్యాధిగ్రస్తులై బలహీనులైపోతున్నారు. వాతావరణంలో ఏ కొద్దిమార్పులు కలిగినా వ్యాధిగ్రస్తులవుతున్నారు. ఆహారం ఎంతగా లభ్యమవుతున్నా, అనుభవించేశక్తి సన్నగిల్లిపోతున్నది. ఆధునిక జీవనరీతి, నీతులు, ప్రగతిపథంలో ముందుకు సాగుతున్నట్లు కనిపించినా, సమాజాన్ని, రాష్ట్రాన్ని, విశ్వమును, ఇరవై ఒకటవ శతాబ్ధిదిశకు మోసుకుని తీసుకుపోగల బలిష్టమైన భుజబలం ఎక్కడ?

ఆధునిక చికిత్సావిధానంలో, రోగనిదానం క్షణాలలో జరిగి పోతున్నది. కాని మనుష్యుడు రోగిగానే ఉంటున్నాడు. ఆహారంలో నియమ బద్ధత లోపించటం, అస్తవ్యస్తంగా ఆధునిక ఔషధాలను సేవించటం, సంచికట్టు వైద్యుల సంఖ్య పెరిగిపోవడం, ఆలోచనా క్షేత్రంలో భ్రాంతులు, కుతర్కాలు చోటుచేసుకోవడం మొదలైన కారణాల వల్ల మానవ

సముదాయం అనారోగ్యాన్ని పెంచుకుంటున్నది. లక్షణాలు బయటికి కనిపించవు. నేతి దీపం వలె అంతర్వికారాలు లోపల లోపల దహించి వేస్తున్నాయి. వ్యక్తికి సమగ్రరూపంలో ఆరోగ్యాన్ని ప్రసాదించే చికిత్సా విధానం రూపొందింపబడాలి. క్షీణమవుతున్న జీవనశక్తిని పునరుజ్జీవింప జేయాలి. అత్యాధునిక వికసిత దేశాలలో గానీ, అవికసితంగా ఉన్నా, వికాసశీలమైన మూడో ప్రపంచ దేశాలలో గానీ, ఇది మానవజాతి అంతటికి వర్తిస్తుంది.

సరియైన ఉపచార పద్ధతి ఏమిటి?

చికిత్స, ఆరోగ్య విషయంలో చర్చలు జరుగుతూనే ఉన్నాయి. కాని అవి ఒక సీమకు మాత్రమే పరిమితంగా ఉన్నాయి. ఎల్లోపతి వైద్య విధానంలో గొప్పతనం ఏమిటంటే రోగానికి కారణాలను అన్వేషించడం. చికిత్సా పద్ధతి ఎంతటి ఆపదా రహితంగా ఉన్నది అనే విషయం కంటే విశాల మానవ సముదాయానికి ప్రస్తుత పరిస్థితులలో వైద్యం చేయవలసిన మూలమంత్రం కనిపెట్టుట. వైద్యవిధానాలను సమగ్రంగా పరిశీలిస్తుంటే, ప్రకృతి ప్రాంగణంలో పెరిగి పెద్దవవుతున్న వనౌషధులతో చికిత్స చేయడం అన్ని విధాల హానిరహితంగా చౌకగా, సుగమంగా, లాభకరంగా కనిపిస్తున్నది. ధన్వంతరి కాలం నుండి ఈనాటివరకూ ఆయుర్వేద వైద్యంలో ఎన్నో మార్పులు వచ్చాయి. ఈనాటి ఆయుర్వేద చికిత్సా పద్ధతి చాలా విచారాన్ని కలిగిస్తున్నది. ఆయుర్వేద వైద్యంలో ఎన్నో డిగ్రీలు పుచ్చుకున్నవారు కూడా ఎల్లోపతి శరణుకోరుతున్నారు. అది పూర్తిగా పాశ్చాత్య ప్రభావం కాదు. రోగి, వైద్యుడూ ఇద్దరూ స్వార్థపరులు కావడం.

జీవనశక్తినియ్యవలసిన దివ్యవనౌషధులు పచారీ దుకాణాలలో విచ్చలవిడిగా దొరుకుతున్నాయి. గడ్డి గాదంతో నిండి పరిశుద్ధం కాని ఈ వనౌషధులు ఎంతవరకు పనిచేస్తాయి? 3 నుండి 6 మాసాల నిలవ

వుంటే ఇవన్నీ పనికి రాకుండా పోతాయన్న సంగతి అందరికీ తెలుసు. సామాన్య మానవులందరికీ ఆయుర్వేదం మీద గౌరవం పెంపొందించ టానికి శాంతికుంజ్ గాయత్రీతీర్థంలో ఎంతో ప్రయత్నం జరుగుతున్నది. వనౌషధులను యథాతథంగా ఉపయోగించేటందుకు యోగ్యంగా తయారు చేయడం, వీలైతే ఔషధులను ఎక్కడికక్కడ పెంచే ఏర్పాట్లు చేయడం జరుగుతున్నది. అందువల్ల తాజాగా సేవించే వీలు కలుగుతుంది.

ఆయుర్వేద పునరుజ్జీవనం ఆవశ్యకత

ఆయుర్వేదం ముఖ్యంగా అధర్వవేద ఉప అంగంగా, పంచమవేద రూపంలో ప్రఖ్యాతి చెందింది. దీని ప్రణేత అగ్నివేశుడుగా చెప్పుకుంటారు. ఆయన పునర్వసు ఆత్రేయుని వద్ద ఆయుర్వేదాన్ని అధ్యయనం చేశారు. అధర్వ మహర్షి చెప్పిన ప్రకారం సమస్త జీవ సముదాయము కొరకు విధాత ప్రకృతి జగత్తులో వనౌషధులను సృష్టించారు. వీటి గుణకర్మములు విడివిడిగా ఉంటాయి. ప్రకృతిలో వైద్యానికి పనికిరాని వృక్ష, వనస్పతులు లేవు. విశిష్ఠ చికిత్స కోసం తప్ప విష ప్రధానమైన మూలికలను వదలిపెట్టి తక్కిన వాటిని సురక్షితంగా ఉపయోగించవచ్చు. ఆయుర్వేదంలో విఖ్యాతి చెందిన అష్టతంత్రాలను గురించి మనం ఇక్కడ చర్చించటం లేదు. ముఖ్యమైన విషయం, వనౌషధుల విభిన్న అనుపానములతో, ఒకే ఔషధి లేదా కొన్నిటి మిశ్రమంతో శరీరానికి సర్వాంగపూర్ణ చికిత్స చేయడం, శరీర తంత్రం, విధి వ్యవస్థలు కొద్దిగా తెలిసినా, వారు తమకు ఇతరులకు చికిత్స చేయవచ్చు. సంక్షేపంగా, సారగర్భితంగా చికిత్స యొక్క మూలభూత తత్వదర్శనం, కార్యపద్ధతి వివరింపబడుతున్నది.

చరక సంహితలో ఆయుర్వేద ప్రకరణంలో ప్రారంభంలోనే ఒక గొప్ప విషయం చెప్పబడింది. హిమాలయ క్షేత్రంలో దేవేంద్రుని సమక్షంలో,

మహర్షులందరి ముందు, భరద్వాజ మహర్షి చతుర్విధ పురుషార్థ సాధనకు ఆధారం, ఆరోగ్య పరిరక్షణ, రోగనివారణలని, ఇందుకు ఉపాయం ఏమిటని ప్రశ్నించారు. దీనికి సమాధానం దేవేంద్రుడు, అశ్వనీ కుమారుల వద్ద నుండి, వారు దక్షప్రజాపతి నుండి పొందారు. ఆయన స్వయంగా ఈ విధ్యను బ్రహ్మ వద్ద నుండి పొందారు. దేవేంద్రుడు భరద్వాజునికి ఆయుర్వేదానికి చెందిన మూడు మూల సూత్రాలను చెప్పాడు.

1) ప్రాణుల ఆరోగ్యానికి అనారోగ్యానికి కారణం ఏమిటి?

2) జీవధారులలో ఆరోగ్య, అనారోగ్య లక్షణాలేమిటి?

3) ఆరోగ్యం చేకూర్చగలిగే ఔషధులు (పథ్యము, జీవశక్తి, బలం చేకూర్చుట)

ఆయుర్వేద వ్యవస్థ అంతా ఈ మూడింటి మీదనే ఆధారపడి ఉన్నది. వనౌషదీ విజ్ఞానమంతా గూడా వీటిపైనే ఆధారపడి ఉన్నది.

వనౌషధులే ఎందుకు? రస, భస్మ, ఖనిజాలను ఎందుకు ఉపయోగించకూడదు? కాని నా ఉద్దేశ్యం ఆయుర్వేదము యొక్క మౌలిక స్వరూపాన్ని ప్రదర్శించడం. ఈ ధరిత్రి అంతా దేవతలచేత ప్రసాదింపబడిన అమృత కలశంలోని బిందువులు పడి ఉద్భవించిన వనస్పతుల యొక్క విభూతిని చూపడం. ప్రతి మొక్క, వనస్పతి తన పంచాంగములతో ఔషధీయ గుణాలను కలిగి ఉన్నది. వైజ్ఞానిక దృష్టిలో వాటిలో జలం, పిండి పదార్థం, రెజీన్స్ మొదలైన వాటిని కలిగి ఉండి దుష్పరిణామాలులేని పదార్థాలు ఉన్నాయి. ఈ మూలికలను తాజాగా రసం తీసి కల్కం తయారు చేసి ఘనసత్వంగానూ ఎండలో ఎండబెట్టి చూర్ణంగాగానీ, పాలు, నీరు కలకండ, తేనే, మీగడ, నేయి మొ॥ కలిపి లేదా మరో అనుపానంతో గానీ యివ్వవచ్చు.

హాని కలిగించకుండా శరీరంలోని అన్ని భాగాలపైనా, చిరస్థాయిగా పనిచేసే వీటి స్వభావం బ్రహ్మవర్చస్ పరిశోధనాశాలలో నిరూపింపబడింది. మరెన్నో పరిశోధనలలో ఇది నిర్ధారణ చేయబడింది. శరీరం పైనా, మనస్సు మీదా గూడా ప్రభావం చూపగలిగే 42 మూలికలు స్వీకరింపబడ్డాయి. వీటిని ప్రయోగించడం సులభం.

విభిన్న శరీర మండలాలపై పనిచేసే ఔషధులు

వనౌషధి చికిత్సకు మూలాధారం – క్రియాశీల సంఘటకములు నశించకుండా అనుపాన భేదంతో ఉపయోగించి విభిన్న శరీర మండలాలను ఆరోగ్యవంతం చేయడం.

1) నోరు, ముక్కు, దంతాలపై ప్రభావం చూసే వకుళ (పొగడ), కాయఫలం (రామపత్రి).
2) కేశ సంపదకు – భృంగరాజ (గుంట కలగర)
3) చర్మరోగాలకు – బాకుచీ
4) మస్తిష్క, మనోమండలములకు – బ్రహ్మి, జటామాంసి, వన
5) నాడీమండలమునకు – జ్యోతిష్మతి (పిన్నమా వేరు, పెద్దమావేరు)
6) సంధి, మాంసపేశి సంబంధీ – నిర్గుండి, రుస్నా (దుంప రాష్ట్రం, కళింగ రాష్ట్రం) శొంఠి
7) హృదయ, రక్తప్రసరణ – పునర్నవా (తెల్ల గలిజేరు), శంఖపుష్పి, అర్జున.
8) శ్వాసకోశ – అడ్డసరం, గంటుభారంగి, కంటకారి (వాకుడు) శిరీష (దిరిశెన)

9) లివర్ – ఉసిరి, అతిమధురం, సదాప, వెంపలి, కాలమేఘ.

10) ప్రేవులు, క్రిములు – రేలచెట్టు, నాగకేసర, కుటజ, వాయు విళంగములు

11) మూత్రకోశ జననేంద్రియములు – గోక్షుర (జెముడు), వరుణ, అశోక, లోధ్ర

12) రక్తశోదక, సంక్రమణనాశక – తిప్పతీగ, శారిబాది, ఖదిర, చిరాయతా,

13) హార్మోన్ – కాంచనార్, గుడమార్

14) బలదాయక రసాయనములు – అశ్వగంధ, శతావరీ

15) సర్వరోగ నివారిణి – తులసి

ఒకే మూలిక లేక సమ్మిశ్రమము

ఇక్కడ ఒక విషయం గుర్తుంచుకోవాలి! వైద్యులు ఒకే మూలికతో అన్ని రోగాలను నయంచేయవచ్చునని అంటారు. కాని ఒక్కొక్క మూలికలో గల కొన్ని పదార్థాలు కొన్ని రోగలక్షణాల మీద పనిచేస్తాయి. అన్ని లక్షణాల మీద అన్నీ పనిచేయవు. ఆ విషయాలను ఫయిటో కెమికల్ ఎనలిటిక్ విధానంతో తెలుసుకొని ప్రయోగించాలి.

ఆవశ్యకతను బట్టి ఒక మూలిక లేక సమ్మిశ్రణం వాడాలి. రోగ లక్షణాలను బట్టి ఒకే మూలికను చాలాకాలం వాడవలసి ఉంటుంది. అది శారీరక, మానసిక పరిస్థితులను బట్టి అనుసరించవలసి ఉంటుంది. అవసరమైతే మరో కొన్ని మూలికలను కలిపి వాడాలి. కాని ఒక మూలికను మరో మూలికతో కలిపి వాడవచ్చునా లేదా అనేది తెలుసుకుని వాడాలి. సరస్వతీ పంచకము, త్రికుట, త్రిఫల, దశమూల, పంచమూల

వాడటం శాస్త్రోక్తమేగాక విజ్ఞాన సమ్మతం గూడ. వనౌషధులలోని మూల పదార్థాలు ఒకదానితో ఒకటి సంఘర్షణ పడకూడదు. డ్రగ్ ఇంటర్‌యాక్షన్ వంటి ప్రమాదం ఉండదు.

ఔషధులలో అల్కలాయిడ్స్, పెంటాయిడ్స్ స్టార్స్ ఫయివస్ మొదలైనవి కలిసి ఉంటాయి. వాటిని కల్కం చేసి, లేదా ఎండబెట్టి చూర్ణంగాగానీ, ఒక అంగంకాని, పంచాంగాలుగా గానీ, ఉపయోగిస్తే హానికారక ప్రభావం ఉండదు. ఒకే మూలికతో సహాయక, సక్రియ, నిష్ప్రభావతత్వాలు కలిసి ఉంటాయి. ఎంటాగొనిష్టిక్, నిష్క్రియ ఔషధీతత్వం సైడ్ఎఫెక్ట్స్‌ను మొదట్లోనే లేకుండా చేస్తాయి. ఈవిధంగా ఔషధులు తమంతట తామే సంపూర్ణ ఆహారం, తగినంత పరిమాణంలో తగిన అనుపానంతో ప్రయోగిస్తే ఎట్టి దుష్పరిణామాలు ఉండవు.

అనుపాన బేధము

అనుపానం అంటే వాహనం. ఔషధితో పాటు దీనిని కలిపి ప్రయోగిస్తే సక్రియ సంఘటకములు (యాక్టివ్ ఇన్‌గ్రేడియంట్స్) శరీరంలో తమ లక్ష్యాన్ని నెరవేరుస్తాయి. అనుపానంగా ఇతర మౌలికస్వరసంగానీ, క్వాథంగానీ, జలము, పాలు, నేయి, పెరుగు, తేనే, మీగడ, వెన్న మరికొన్ని ఉపయోగిస్తారు.

సాధారణంగా చన్నీళ్ళు లేదా గోరువెచ్చని నీళ్ళు అనుపానంగా ఉపయోగిస్తారు. ఆవుపాలు మంచి అనుపానం. తనంతతానే సంపూర్ణ ఆహారం గూడా. దానిలోని లాక్టిక్ ఎంజైములు ఔషధిని సూక్ష్మకణాలుగా విడగొట్టి చొచ్చుకుపోయే శక్తిని, పవర్‌ను పెంచుతాయి. పాలలో సుమారు 21 ఎంజైములున్నాయి. అవి వనమూలికల అల్కలాయిడ్స్‌ను, గ్లయికోసాడ్స్, పెప్టయిడ్స్‌ను సూక్ష్మీకరణం చేస్తాయి. పాలను కొంచెం వేడిచేసి, చల్లార్చి ఉపయోగించాలి.

తేనే పూవుల యొక్క స్వరసం. తేనెటీగల వల్ల సక్రియమైన హార్మోన్స్‌తో మరింత గాఢమైన ఎంజైమ్స్‌ను కలిగి ఉంటుంది. పుష్పముల స్వరసం 70 శాతం ఉంటుంది. కాని తేనెటీగల వల్ల తేనెగా మారి 10 శాతం అవుతుంది. అటువంటి సార్ద్ర పదార్థం, ఔషధంతో ఉపయోగింప బడినప్పుడు కడుపునందలి రక్తవాహికలలో వ్యాపిస్తుంది. తేనెను స్వతః సిద్ధంగా గానీ, నీటితో కలిపి గానీ వాడాలి. వేడినీటితో సమానభాగంగా కలిపిగానీ, సమానభాగాలుగా నేతితో కలిపిగానీ వాడితే, విష ప్రభావం కలుగుతుంది. అందువల్ల జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

వెన్న, నెయ్యి, పెరుగు పాల యొక్క పరివర్తన స్వరూపాలు అవసరాన్ని బట్టి వీటిని వాడాలి. కలకండ మంచి అనుపానం. సూక్ష్మీకృత చూర్ణంలో అనుపాన బేధం యొక్క మహత్వం అత్యధికంగా ఉంటుంది.

అనుపాన కార్యములను గురించి చరక సంహితలోని 27వ అధ్యాయంలో 320వ సూత్రంలో వివరింపబడింది. అనుపానము తృప్తిని కలిగిస్తుంది. దేహమందలి, ఇంద్రియములందలి లేమిని పూరిస్తుంది. బలమును, జీవనమును ఇస్తుంది. భుజించిన ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసి శరీరంలోని అన్ని భాగాలకూ అందిస్తుంది. పుచ్చుకున్న ఔషధాన్ని ఆమాశయంలోనికి పక్వాశయంలోనికి చేరుస్తుంది. అది అన్నము యొక్క సాంద్రతను తగ్గిస్తుంది. కోమలత్వాన్ని ఉత్పన్నం చేస్తుంది. అన్నాన్ని పలుచన చేసి శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు చేరేటట్లు చేస్తుంది. పేయము ఆహారం కాదు. అందువలన స్వయంగా ఔషధీ గుణములు లేక ధాతువులకు విరోధం కాదు. అందువల్ల అనుపానం సర్వశ్రేష్ఠమైనది.

నోరు, దంతములు చిగుళ్ళ వ్యాధుల చికిత్స

శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండటంలో ప్రముఖపాత్ర వహిస్తుంది. జీర్ణమండలం యొక్క ఉపరిభాగంలో ఉన్న నోరు, దంతములు, చిగుళ్ళు

నోరు తెరవగానే టాన్సిల్స్ వెనుకభాగంలో నాసిక నుండి వచ్చే శ్వాస నాళికే నేజోఫెరిక్స్‌తో కలిసి ఒక నాళిక ఉంటుంది. దీనిని ఓరల్ కావిటి లేదా ఓరోఫెరింక్స్ అని పిలుస్తారు. దీనిలో ఆహారాన్ని నమలడానికి అవసరమైన దంతాలు భగవంతునిచే ప్రసాదింపబడ్డాయి. లసికాగ్రంధులు స్రావాన్ని ఇక్కడ వదిలిపెడతాయి. ఆహారాన్ని చూడగానే సువాసనతో, నోటితో నీళ్ళు ఊరతాయి. ఈ ప్రక్రియ ఇక్కడి స్నాయు ప్రభావం వల్లనే జరుగుతుంది. రుచిని గ్రహించడం నాలుక సాయంతో ఇక్కడే జరుగుతుంది. వాస్తవంగా శరీర ఆరోగ్య సంరక్షణకు నోటికి చాలా గొప్ప ప్రాముఖ్యత ఉన్నది. దంతక్షయం ప్రారంభమైతే జీర్ణక్రియ కుంటుపడుతుంది. సూక్ష్మజీవులు, దుర్గంధంతో కూడి శరీర వ్యవస్థను అస్తవ్యస్తంగా చేస్తాయి. స్టమెటైటిస్, దంతక్షయం, పయోరియా వంటి రోగాలకు ముఖ్యమైన ఔషధులు వకుళ కాయఫల.

1. వకుళ (మైలశ్రీ, పొగడ, మిముసాప్స్ ఏలెంగీ) :

దీనిని మధుగంధ అని గూడ పిలుస్తారు. దీని ఫలాలు సుగంధ యుక్తం కావడం వల్ల పూవులు కమ్మని వాసన కలిగిస్తాయి. ఈ వృక్షం 50 అడుగుల ఎత్తువరకు పెరుగుతుంది. ఏప్రిల్, మే నెలలలో పూలు పూస్తాయి. వర్షాకాలంలో కాయలు పండుతాయి. ఇది భారతదేశమంతటా కనిపిస్తుంది. ఈ చెట్టుబెరడుతో కషాయం పెట్టి 50 నుండి 100 సి.సి.లు (5 నుండి 10 స్పూనులు) పుష్పచూర్ణము 1 నుండి 2 గ్రాములు ఉపయోగించాలి.

దీని బెరడులో టానిన్, జిగురు, సపోనిన్ స్వతహాగానే ఉంటాయి. ఇతర ప్రయోగాలలో ముఖ్యంగా అసాధ్యమైన తలనొప్పికి ఎండిన పండ్లను చూర్ణంచేసి నస్యంగా వాడితే చాలా బాగా పనిచేస్తుంది.

దంతాలలో క్రిములు చేరితే చిగుళ్లలో చీము పడుతుంది. నొప్పి కలుగుతుంది. అందుకు పొగడచెట్టు బెరడు కషాయం పెట్టి పుక్కిలించి లేదా బెరడును చూర్ణం చేసి పండ్లపొడిగా వాడవచ్చు. పచ్చికాయలను నమిలినా గూడా పనిచేస్తాయి. దీని కటు కషాయరసం దంతాలను గట్టి పరుస్తుంది. చిగుళ్ళ నుండి చీము, నెత్తురురావడాన్ని అరికడుతుంది. కషాయం నీటిని తీసుకుని తరుచుగా పుక్కిలి పట్టినా గుణం కలుగుతుంది. యాంటి బయాటిక్స్ వాడడం వల్ల జీవనశక్తి తగ్గిపోయి పుండ్లు, అల్సర్స్ ఏర్పడతాయి. అవి తగ్గడానికి దీని కషాయాన్ని పుక్కిలి పట్టాలి. నోటిలోని సూక్ష్మజీవులు గూడా నశిస్తాయి. టానిల్స్ వాచి నొప్పిగా ఉంటే గూడా కషాయాన్ని పుక్కిలి పట్టటం వల్ల గుణం కలుగుతుంది. ఆయుర్వేదం మందులలో దీనితో తయారైన వకూలాద్య తైలం విశిష్టంగా పనిచేస్తుంది.

2. కాయఫల (కటుఫల, రామప్రతి, మిరీకా స్క్యాకెంటా) :

దీనిని కాయఛాల, మహాకల్క అని గూడా పిలుస్తారు. ఇది ఎక్కువగా పర్వత ప్రాంతాలలో పెరుగుతుంది. గర్వాల్, కునాయూ, శివాలిక్ పర్వత శ్రేణులలో 5,6 వేల అడుగుల ఎత్తుమీద దొరుకుతుంది. శరదృతువులో పూలు పూస్తుంది. గ్రీష్మఋతువులో పక్వమవుతాయి. 6 అంగుళాల వెడల్పు బరిశ ఆకారపు ఆకులవల్ల బూడిదవన్నెగల మందమైన, ఎండు బెరడు వల్ల గానీ గుర్తుపట్టవచ్చు.

కేశములకు

జుట్టు త్వరగా రాలిపోవడం నిరంతరం దురద, త్వరగా తెల్లబడి పోవడం మొదలైన వ్యాధులకు కారణం ఆధునిక జీవన విధానమే. ఆహార విహారాలలో కట్టుబాట్లు లేకపోవడమే. సౌందర్యసాధనాలు, సోపు, షాంపూ మొదలైన వాటిని తరచుగా వాడడం వల్ల ఈ లక్షణాలు కలుగుతాయి. దీనికి మానసిక సంబంధమైన సమస్యలు గూడా కారణం.

1) భృంగరాజ (గుంటకలగర) : దీనిని వాడటం వల్ల తల వెంట్రుకలు తుమ్మెద రెక్కల వలె మెరిసిపోవడటం వల్ల ఈ ఔషధికి పేరు వచ్చింది. కేశరంజన, కేశనాజ, భాంగరా కేసురియా అని గూడా దీనిని పిలుస్తారు. తెల్ల గుంటకలగర అవి తెల్లని పూలు పూయడం వల్ల పిలుస్తారు. కేశరోగాలన్నిటికీ పనిచేస్తుంది. మరోజాతి నలుపు రంగు పూలు పూస్తుంది. వీటి ప్రయోజనాలు వేరుగా ఉంటాయి. ఇది 10-12 అంగుళాలు పెరుగుతుంది. నదీనదాల ఒడ్డున ఎక్కువగా పెరుగుతుంది. వర్షాకాలంలో పూలుపూసి, హేమంతకాలంలో కాయలు కాస్తాయి. నలుపు రంగుకు తిరిగిన ఆకుల మధ్యలో పూలు కనిపిస్తాయి. కుండ ఆకారంలో ఉంటాయి. వైద్యానికి పంచాంగములు, విత్తులు పనికివస్తాయి. తాజా స్వరసము 2 చెంచాలు వాడాలి. భృంగరాజ తైలము, భృంగరాజ ఘృతము విశిష్ట యోగాలు.

దీనిలోని ఎమ్లీప్టీన్ అనే అల్కలాయిడ్ తగినంతగా ఉంటుంది. బాహ్య ఉపచారానికి, చర్మానికి రోమకూపాలకు మంచిది. కఫ, వాతములను శమింపజేస్తుంది. లివర్‌ను శక్తివంతం చేస్తుంది. రక్తవర్ధకము, అందువల్ల ఇది కాయకల్ప చికిత్సకు గూడా పనికి వస్తుంది. బీజములు వాజీకరణం (జీవనశక్తి, శారీరక బలం సమకూరుస్తుంది)గా ఉపయోగిస్తారు. అందువల్ల ఇది ఒక రసాయనం గూడా. చర్మము, కేశములకు సంబంధించిన వ్యాధులకు పైపూతగా ఉపకరిస్తుంది. కాని వెంట్రుకలు ఊడిపోవడం, తెల్లబడటం మొదలైన వాటికి లోపలికి పుచ్చుకోవటం మంచిది. పంచాంగ స్వరసం బాగా పనిచేస్తుంది. చర్మానికి కాంతినిచ్చి రోగాలను నిరోధిస్తుంది. గజ్జి, దురద, పైత్యాలకు రసం లేదా చూర్ణం పైపూతకు వాడాలి. స్వరసం ఉడికించకూడదు. సిద్ధతైలం స్వయంగా తయారుచేసుకోవచ్చు. దానిలో తెల్లవెంట్రుకలను నల్లబడిచే గుణం ఉన్నది. రసం త్రాగినా ఈ ఫలితం వస్తుంది.

చర్మరోగాలు

చర్మరోగాలు పలువిధాలు. బొల్లి (శ్వేత కుష్టు, ల్యుకోడెర్మా) కుష్టు, ఎక్సిమేటస్ డెర్మటైటిస్, ఎటోపిక్ డెర్మటైటిస్ ఆర్టికేరియా, వ్రణాలు మొదలైనవి. బొల్లి కురుపులగురించి చర్చిద్దాం.

1. బాకుచీ (బామీచింత) సాగిరేలియా కోరిలోఫోకియా :

బొల్లిని కుష్టుగా పొరపాటు పడవద్దు. మెలోనిన్ పిగ్మెంట్ లోపల వల్ల బొల్లి కలుగుతుంది. కడుపులో క్రిములవల్ల ఇది రావచ్చు. అందువల్ల దీని గురించి భయం అనవసరం. కుష్టురోగాన్ని తొలిదశలో గుర్తించడం కష్టం కాని ఇది గూడా అసాధ్యం కాదు. చికిత్సవల్ల ఇది తగ్గిపోతుంది. దీన్ని అస్పృశ్యతగా చూడకూడదు. రోగులపై సానుభూతి చూపాలి. శరీరంపై మచ్చలు, స్పర్శజ్ఞానం కోల్పోవడం వల్ల దీనిని ప్రారంభస్థితిలోనే గుర్తించవచ్చు. పుండ్లు పడి మానకపోవచ్చు. కనుబొమ్మల మీద వెంట్రుకలు రాలిపోతాయి. బాకుచీ, కృష్ణఫల కుష్టఘ్నీ పేర్లతో పిలిచే భావంచాలు కుష్టుకు ముఖ్యమైన ఔషది. ఇది 3 అడుగుల ఎత్తుతో వంగపండురంగు, నలుపురంగు, దుర్గంధం వచ్చే పండ్లు నవంబరు, డిసెంబరు నెలల్లో కలిగి ఉంటుంది. పండులో మొత్తని పప్పు ఉంటుంది. ఈ గింజల చూర్ణం, తైలం ఔషధం పనికి వస్తుంది. గుజరాత్, రాజస్థాన్ రాష్ట్రాలలో విరివిగా దొరుకుతుంది.

వీటి గింజల నుండి తైలం తీస్తారు. బాకుచీ ఆయిల్‌గా ఇది ప్రసిద్ధి చెందింది. ప్సోరేలేన్ స్టోరేజెన్ అనే పదార్థాలు ఇందులో ఉంటాయి. ఇవి చికిత్సకు బాగా ఉపయోగిస్తాయి. దీని ప్రభావం వల్ల చెమటపట్టి కుష్టునయమవుతుంది. తెల్ల బొల్లి ఎరుపు రంగుకు తిరుగుతుంది. పుండ్లు పడతాయి. పుండ్లు తగ్గి చర్మం మామూలు స్థితికి వస్తుంది. చర్మంలో

వర్ణోత్పాదక కణాలు ప్రభావితమవుతాయి. రోగాలు నశిస్తాయి. పైపూతతో పాటు గింజల చూర్ణం 1/4 నుండి 1/2 చెంచా (1 నుండి 3 గ్రాములు) లోపలికి తీసుకోవాలి. కుష్టుకు గూడా బాగా పనిచేసి తగ్గిస్తుంది. సంక్రామక వ్రణాలకు, బొబ్బలకు గూడా పనిచేస్తుంది. తైలం తీక్షణంగా ఉండటం వల్ల మితంగా మాత్రమే ఉపయోగించాలి, గింజలకు ఉపయోగించే ముందు తాజా అల్లపు రసంలో ఒక వారం నానబెట్టాలి.

మస్తిష్క - మనోమండల రోగాలు

మన శరీరం పనిచేయడానికి, మస్తిష్కం కంప్యూటర్‌గా పనిచేస్తుంది. అది జబ్బు పడితే అంతా అస్తవ్యస్తమవుతుంది. మస్తిష్క స్థూలరోగాలను ఆర్గానిక్స్ అంటారు. సూక్ష్మ కార్యకలాపాలకు సంబంధించి (ఫంక్షనల్) సైకియాట్రిక్స్ అంటారు.

మస్తిష్క రోగాలలో మందబుద్ధి, మానసిక వికాసంలో క్షీణత (పాల్సీ), కంపనరోగం, మస్తిష్క రక్తస్రావం, బ్రెయిన్ ట్యూమర్స్, మెనెంజైటిస్, ఎన్సిఫెలైటిస్, మల్టిపుల్ స్క్లెరోసిస్, మెటబాలిక్ బ్రెయిన్ డిజార్డర్స్, క్రేనియల్, పెరోతెరల్ న్యూరైటిస్ ముఖ్యమైనవి.

మనస్సుకు సంబంధించి రెండు రకాలు, ఒకటి మైనర్. వ్యక్తిత్వం సంపూర్ణంగా విభజన కాకపోవడం, పర్సనాలిటీ డిజార్డర్స్ న్యూరోసిస్, పొగరు అతికాముకత, సమాజ విరోధ ప్రవృత్తి. రెండవ వర్గం మేజర్. బృహత్ మనోవికారంతో వ్యక్తిత్వం సంపూర్ణంగా రోగగ్రస్తమవుతుంది. తనూ తన సన్నిహితులు గూడా బాధపడతారు; ఇందులో రెండు వర్గాలు. ఆఫెక్టివ్ డిజార్డర్స్ (భావాత్మక విక్షోభం), సిజోఫ్రేనియా (వైచారిక విక్షోభం) మొదటి దానిలో మానియ, డిప్రెషన్ ఉంటాయి. ఆత్మహత్య ప్రవృత్తి పిచ్చి రావచ్చు.

ఈ వ్యాధులన్నిటికీ గాయత్రీ తీర్థంలో నిర్ధారింపబడిన మూడు వనౌషధులున్నాయి. అవి బ్రాహ్మీ (సరస్వతి), జటామాంసి, వస, యోగాభ్యాసం ప్రాణాయామాలతో పాటు ఈ ఔషధులను వాడటం వల్ల చాలా ప్రయోజనం కలుగుతుంది.

1. బ్రాహ్మి :

సరస్వతి పంచాంగం కల్కంగాగానీ, ఎండబెట్టి చూర్ణంగా గానీ వాడవచ్చు. ఇది మేధోవర్ధకం నెర్వ్ టానిక్. మస్తిష్క వికృతి, నాడీ మండల దౌర్బల్యం, మస్తిష్య రక్తనాళాలలో రక్తప్రసార వికృతి, లేక రస్తస్రావం, సెరబో వాస్కులర్ డిసీస్, అమెనిసియా, యాంగ్జైటీని రోసిస్, హిస్టీరియా ఒక వారం రోజులు వాడాలి. ఆంతరిక కారణాలవల్ల నొప్పికి తైలం వాడవచ్చు. బ్రాహ్మీ ప్రయోగం వల్ల సాధనలో ఏకాగ్రత, మనోవాంఛిత సాఫల్యం లభిస్తాయి. తాజా స్వరసం $1^1/_2$ నుండి $2^1/_2$ చెంచాలు, పంచాంగ చూర్ణం 4 నుండి 5 గ్రాములు వరకు వాడాలి. అమృత, జలామాంసి, తిప్పతీగ, అశ్వగంధ, జ్యోతిష్మతి (పెద్దమావేరు, పిన్నమావేరు) కలిపి వాడవచ్చు. అనుపానములు – తేనె, పాలు, నీరు, కలకండ, లేక అతిమధురం, శతావరి, వస, జటామాంసి కలిపి వాడవచ్చు. (సరస్వతీ పంచకము).

2. జటామాంసి :

దీనికి భూతజయ, తపస్విని, నులేమశా, నార్డోస్టిక్స్ జటామాంసి అని పేర్లు.

కఫవాత పిత్తములకు పనిచేస్తుంది. డెలీరియం (సన్నిపాతం) ఏ కారణాల వల్ల వచ్చినా శమింపజేస్తుంది. 2 నుండి 4 గ్రాముల

చూర్ణంగాని 50 మి.లీ. కషాయం కాచి 10 గ్రా॥ త్రాగితే ఉపశమనం కలుగుతుంది.

మెదడు యొక్క సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. మతిమరపు, తలనొప్పి, నిద్రలేమి, యాంగ్జైటీవిటీ సైకోసిస్, మానియక్ సైకోసిస్, ఎపిలెప్సి, ఎజిటేటివ్ సైకోసిస్, పిచ్చి, హిస్టిరియాల మీదత్వరగా పనిచేస్తుంది. మస్తిష్యం నుండి వెలికివచ్చే నాడులు దౌర్బాల్యాన్ని తగ్గిస్తుంది. న్యూరాల్జియా తగ్గుతుంది. భావనాత్మక సంక్షోభాలను, ఉద్వేగాలను తగ్గిస్తుంది. ఈ మూలిక ప్రమాదం లేనిది. అడిక్షన్ భయం లేదు. హిప్నోటిక్, సెడేటివ్, యాంటీ డిప్రసెంట్‌గా పనిచేస్తుంది. ఫిట్స్‌కు పనిచేస్తుంది. బ్రాహ్మితో కలిపి తీసుకుంటే మెదడుకు చాలా మంచిది. హృదయం వత్తిడి తగ్గించి, మూత్రపిండములు మూత్రాన్ని బాగా జారీ చేసేట్లు చేసి ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. యోగ సాధనలో ఏకాగ్రత తన్మయత్వం కలుగజేస్తుంది. వాజీకరణ గుణం వల్ల యిది జనరల్ టానిక్‌గా పనిచేస్తుంది. కామ దుర్బలతను సెక్సువల్ వీక్‌నెస్ తగ్గిస్తుంది. రక్షోఘ్న ఘృతం, సర్వౌషధి స్నానం, మాంస్యాది క్వాథం విశిష్టయోగాలు.

3. వస : (అకర్కస్ కాలనస్) :

దీనికి వచ, అగ్రగంధ, ఘోడవచ, మీఠీవచ అని పేర్లు.

కఫ, వాత శామకము ఉత్తమ మేధోవర్ధక ఔషధము. తెలివి తప్పటం, కోమా, సెరిబ్రో వాస్క్యూలర్ డిసిజ్, ట్రాన్సియంట్ ఇస్కోమిక్ అటాక్ మొదలైన వాటిమీద బాగా పనిచేస్తుంది. రక్తనాళికలను విస్తరింపచేసి మస్తిష్కానికి రక్తప్రవాహాన్ని పెంచుతుంది. లోకోమోటర్ సిస్టర్, రెటిక్యులర్ యాక్టివేటింగ్, సిస్టంలను ఉత్తేజింపచేస్తుంది. మంచి పెయిన్ కిల్లర్,

ఫిట్స్ వాతం ఎపిలెప్సిలను తగ్గిస్తుంది. చింత, రెస్ట్‌లెస్ నెస్ ఉద్వేగం సైకో సోమాటిక్ ఎయిల్‌మెంట్స్ ను దూరం చేస్తుంది. ఉన్మాదం, సైకోసిస్, మానియాలను తగ్గిస్తుంది. వుమన్ వీక్‌నెస్‌ను తగ్గిస్తుంది. న్యూరిటిస్, న్యూరాల్జియలపై పనిచేస్తుంది. పక్షవాతంతో త్వరగా కోలుకొనేటట్లు జేస్తుంది. శ్వాసరోగాలు లారిన్‌గిటిస్‌లకు పనిచేస్తుంది. వాక్శక్తిని పెంచుతుంది. ఔషధిగా $^{1}/_{2}$ గ్రా చూర్ణం లేదా 20 నుండి 50 సిసి కషాయం వాడాలి. సారస్వత చూర్ణం, మేధ్యరసాయనం మంచి యోగాలు, బ్రాహ్మి, జటామాంసిలతో కలపివాడితే చాలామంచిది.

నాడీ మండల వ్యాధులు

నాడీ మండలం అంటే మస్తిష్కం నుండి వెలువడే 12 క్రేనియల్ నరాలు, సుషుమ్న నుండి వెలువడే నాడీ గుచ్ఛకములు సర్వికల్, క్రానియల్, పెల్విక్ ప్లెక్సస్ ఇవిగాక అటనామస్ నర్వస్ సిస్టమ్ వక్షము, కడుపులోని ముఖ్యమైన అవయవాలు, చేతులు, కాళ్ళు, తల, ముఖముల లోని స్నాయువుల బాధలు కండరముల అనియంత్రిత విధానంలోని లోపాలు దీని క్రిందికి వస్తాయి. పక్షవాతం, రక్తనాళాల సంకోచం వల్ల వేదన కలుగుతుంది. మెదడు వీటిమీద నియంత్రణను కోల్పోతుంది. జ్యోతిష్మతి (పెద్దమావేరు, చిన్నమావేరు, నల్లచిక్కుడు, మాలకాంగానీ సిలెస్ట్రస్, పైనీకులేటస్ అని గూడా పేర్లు).

గింజల చూర్ణము, తైలము వాడబడుతుంది. గింజలలో సిలెస్ట్రిన్, పనికులేటివ్ అనే పదార్థాలు ఉంటాయి.

జ్యోతిష్మతి : వాతకఫ శామకము, కాయకల్పంతో నాడీమండలానికి బలం చేకూరుస్తుంది. మస్తిష్కం యొక్క నాడులన్నిటినీ పోషిస్తుంది. ఇది పెయిన్ కిల్లర్ గూడా, పక్షవాతం, సయాటికా, నూరైటిస్, న్యూరాల్జియా,

సెర్వికల్ స్పాండిలైటిస్, లుంబగోలకు పనిచేస్తుంది. దీని తైలం ప్రయోజన కరం, పత్రరసం మాదక ద్రవ్యాల దుష్ప్రభావాన్ని పోగొడుతుంది. విటమిన్ బి-12 లోపాన్ని పూరిస్తుంది. జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతుంది. లో బిపి, బ్రెడికార్డియా, హార్ట్‌లాక్‌లపై పనిచేస్తుంది. నరాల బలహీనతను తగ్గిస్తుంది. వాజీకరణ ఔషధం. గింజల చూర్ణం 1 నుండి 3 గ్రా॥ లేదా తైలం 5 నుండి 8 చుక్కలు వాడాలి. కలకండతో కలిపి వాడాలి. నస్యంగా శిరోవేదనను తగ్గిస్తుంది.

కీళ్ళు, సంధి మాంసకండర వ్యాధులు : (జాయింట్స్ అండ్ మసిల్స్)

కీళ్ళపైనే శరీరం బరువు పడుతుంది. కీళ్ళనొప్పులు సర్వసాధారణం. ఎంతకూ తగ్గవు. లూబ్రికేషన్ తగ్గిపోతుంది. సినోవియల్ ఫ్లూయిడ్ లోపిస్తుంది. రుమాటిక్ ఆర్థరైటిస్ రుమోటాయిడ్ ఆత్రాల్జియం, డిస్క్ కంప్రెషన్ ముఖ్యమైనవి. వీటిని నిర్గుండి, రాస్నా, శొంటి ప్రధానౌషధాలు.

1. నిర్గుండి (వావిలి) :

కీళ్ళ నొప్పులకు ప్రధాన ఔషధి, కఫ, వాత శామకము. యాంటి ఇన్‌ఫ్లామేటరి కండరాల కీళ్ళనొప్పి, దెబ్బలు తగలడం వల్ల బాధలు, కండరాలలో రక్తస్రావం. దీని ఆకుల రసం, తైలం 2 నుండి 4 స్పూనులు, బెరడు చూర్ణం $^{1}/_{2}$ స్పూను, గింజల చూర్ణం $^{1}/_{2}$ నుండి 1 స్పూను తేనెతో తీసుకోవాలి.

2. రాస్నా (దుంప రాష్ట్రం, కళింగ రాష్ట్రం) :

ఆకులతో కట్టుకడితే నొప్పులు తగ్గుతాయి. గొప్ప వాతశామకము. రస్నాది క్వాథము 50 నుండి, 100 మి.లీ. అన్ని రకాల కీళ్ళనొప్పులు, కండరాల నొప్పులు, వాతపు నొప్పులు, జ్వరం తగ్గిస్తుంది. విరేచనకారి,

కడుపునొప్పిని, శూలను తగ్గిస్తుంది. నిర్గుండి, శొంఠి కలిపివాడితే రుమాటిక్ ఆర్థరైటిస్, యాంత్రాల్జియం తగ్గుతాయి.

రాస్నాది క్వాధము, రస్నాది తైలము, రాస్నాది ఘృతం మంచివి.

3. శొంఠి (జింజిబర్ ఆఫీసినేల్) :

ఎండిన అల్లమే శొంఠి, ఇది సర్వరోగములకు ఔషధం. జీవన శక్తిని పెంచుతుంది. నాడీమండలాన్ని ఉత్తేజపరుస్తుంది. కఫ నిస్సారక, రక్తశోధక ఉత్తేజక, వాతశామకము. అరుచికి దీనిని అన్న మొదటి ముద్దతో కలిపి తీసుకోవాలి. సన్నిపాతం (టైఫాయిడ్)తో సహా అన్ని జ్వరాలకు పనిచేస్తుంది. అశ్వగంధ, నిర్గుండిలతో కలిపివాడితే ఆమ్లవాతం రుమాటిసమ్ తగ్గిస్తుంది. వాజీకరణ ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. అల్లపు రసం 5-10 మి.లీ. లేదా శొంఠిపొడి 1-2 గ్రా. తేనేతో కలిపి తీసుకోవాలి. హరిద్రా ఖండము, పంచసమ చూర్ణం, రాస్నాది క్వాధం, సుంఠీసురా మంచి మందులు.

హృదయ, రక్త వాహక మండల వ్యాధులు

ఎజినా పిక్టోరిస్, మైకార్డియల్ ఇన్‌ఫెక్షన్ ఎతరీ క్లోరోసిస్, హైబి.పి. కార్డియాక్ ఫెయిల్యూర్ కలుగుతాయి. శ్వాసకోశవ్యాధులు, కాళ్ళనొప్పులు, ఛాతిలో నొప్పి, గుండెదడ, గాభరా హృదయరోగ చిహ్నాలు. వీటన్నిటికీ కలిపి పునర్నవ, శంఖపుష్పి, అర్జున ప్రధాన ఔషధులు.

1. శ్వేత పునర్నవ (తెల్లగల్జేరు) :

మూత్రవిరేచనాలను జారీచేస్తుంది. దీని పంచాంగములు శరదృతువు తరువాత తీసి ఎండబెట్టి వాడాలి.

కఫ, వాత, పిత్త శామకమ హృదయరోగాలకు అత్యంత ప్రధాన

ఔషధి. కార్డియాక్ ఔట్‌పుట్‌ను పెంచుతుంది. కార్డియాక్ ఫెయిల్యూర్‌ను అరికడుతుంది. పొటాషియం నైట్రేట్ దీనిలో ఉండడం వల్ల హృదయ కండరాలను ఉత్తేజపరుస్తుంది. ఎపిడెమిక్ డ్రాప్సీ, బెరీ బెరీ, హెపటైటీస్, లివర్ డిసీస్, ఇస్కెమిక్ హార్ట్ డిసీస్, ప్రివెన్షన్ ఆఫ్ హార్ట్ అటాక్.

తాజారసం 2 నుండి 4 స్పూనులు రోజుకు 2, 3 సార్లు యివ్వాలి. తేనె అనుపారం, గింజల చూర్ణం 1–3 గ్రా, పంచాంగ చూర్ణం 5–10గ్రా. క్వాథం 1–3 ఔన్సులు వాడాలి.

2. శంఖపుష్పి (కన్వన్యులస్ ప్లూరికాలిస్) :

మేధావర్ధకము, హృదయ శామకము, త్రిదోషహరము. మెదడులో టెన్షన్ తగ్గించి నిద్ర పట్టిస్తుంది. గుండెపైన, మెదడుపైన సమాన ప్రభావం గలది. హై బి.పి., టెన్షన్, సైకోసోమాటిక్ డిసీస్, రక్తవమనము, టానిక్ ఫర్ జనరల్ వీక్‌నెస్. 2 చంచాల స్వరసం తేనెతో లేదా 3 గ్రా. చూర్ణం నిద్ర కలిగిస్తుంది. మేధా వర్ధకం బి.పి.ని తగ్గిస్తుంది. సరస్వతీ పంచకంలో ఒకటి. బ్రాహ్మితో కలిపి మెదడుకు, అర్జున, పునర్నవలతో కలిపి హృదయానికి పనిచేస్తుంది.

3. అర్జున (టనిలియం అర్జునం) :

హృదయ రోగాలన్నిటికీ మందు. హృదయశూల, హై బి.పి., ఇర్రెగ్యులర్ హాట్‌బీట్, కంజెస్టివ్ హాట్ ఫెయిల్యూర్ పేస్‌మేకర్‌గా పనిచేస్తుంది. అర్జున చూర్ణం, అర్జునారిష్ట, అర్జున సిద్ధ ఘృతం వాడవచ్చు.

శ్వాసకోశ వ్యాధులు

ఆస్మ, క్రానిక్ బ్రోన్‌కైటిస్ టాన్సిల్స్ డిప్తీరియా, సైనసైటీస్, సి.ఓ.పి.డి. ఆస్త్మా, టి.బి.మొదలైన వాటికి అడుసా, భారంగి, కంటకారి, శిరీష ఔషధులు.

1. అడుసా (వాసా, అడ్డరసం) :

కఫం పోగొడుతుంది. బ్రోన్‌కో డైలిటేటర్‌గా పనిచేస్తుంది. అక్యూట్ బ్రోంకైటీస్, అలెర్జిటిక్ బ్రోంకైటీస్, టి.బి. లంగ్ అబ్సెస్ ఆస్త్మా, సైనసిటిస్, బ్రాన్‌కో న్యుమెనియాలపై పనిచేస్తుంది. వాసావలేహం, వాసారిష్ట మంచి మందులు.

2. భారంగి (గంటు భారంగి) :

కఫ వాత శామకము. యాంటి అలెర్జిక్ శ్వాసకోశాలలో పేరుకున్న శ్లేష్మాన్ని వెడలకొడుతుంది. క్రానిక్ బ్రోంకైటీస్, ఆస్త్మా తగ్గిస్తుంది. యాంటీ బాడీస్‌ను ఉత్పత్తిచేసి రోగ నిరోధకంగా పనిచేస్తుంది.

అలెర్జి రెసిస్టెంట్ మూలస్వరం అల్లపురసంతో కలిపి వాడితే శ్వాస వేగం తగ్గుతుంది. 3,4 గ్రా॥ రోజుకు 2,3 సార్లు ఇవ్వాలి. పొడిదగ్గుకు పెరుగుతో కలిపి, శ్వాసరోగాలలో తేనెతో కలిపి, కఫంతో కూడిన దగ్గుకు అల్లపురసంతో కలిపి వాడాలి.

3. కంటకారి (వాకుడు, సోలేనంసురోతెన్స్) :

ఇది ముళ్ళతో ఉండటం వల్ల కంటకారి అని పేరు ఛోటీకటోరీ, దుఃస్పర్శీ, రేంగరీ అని పేర్లు. ఇది భారతదేశమంతటా దొరుకుతుంది.

దీని పంచాంగములు ఉపయోగకరమే. ఇందులో డయోస్‌జనిస్ ఉంటుంది. పండ్లలో సొలేనోసిస్, విత్తనాలలో తైలం ఉంటుంది. ఇది కఫ, వాతాలను శమింపజేస్తుంది. శ్వాసకోశాలలో హిస్టమిన్‌ను తొలగిస్తుంది. చిన్నపిల్లల క్రోనిక్ బ్రోంకైటీస్‌కు మంచిది. లారింగ్‌టీస్ స్వరభేదం, ఎక్కిళ్ళు, శ్వాసరోగాలు, అలెర్జిక్ బ్రోంకైటీస్‌లను తగ్గిస్తుంది. కఫాన్ని పోగొడుతుంది. గుండె జబ్బులకు, హై బి.పి.కి గూడా పనిచేస్తుంది. కిడ్నీకి గూడా మంచిది.

పంచాంగ క్వాథం ఒక పావులీటరు నీటిలో 20, 25 గ్రా॥ ఔషధిని వేసి తయారుచేసి 40-80 మి.లీ. రోజుకు రెండుసార్లు ఇవ్వవచ్చును. అల్లపురసం, అడ్డరసం, భారంగి, అతిమధురం, పిప్పిళ్ళతోపాటుగా కలిపి ఉబ్బసానికి వాడవచ్చు. వ్యాధి హారీతకి బజారులో దొరుకుతుంది.

4. శిరిష (ఆల్‌బిజియ లెబక్) :

శిరీష, శుకప్రియ, సరసడో అని దీనికి పేర్లు. ఇది తుమ్మజాతికి చెందింది. 50 అడుగుల ఎత్తు పెరుగుతుంది. పసుపురంగు సువాసనగల పూలు ఏప్రిల్-జూన్‌లో పూస్తుంది. శీతాకాలంలో పండ్లు పండుతాయి. ఇది భారతదేశమంతటా పెరుగుతుంది. దీని బెరడు, విత్తులు, ఆకులు, పూవులు గూడా పనికివస్తాయి. బెరడులో టానిన్, సైపోనిన్ ఉంటాయి.

ఇది త్రిదోషాలను హరిస్తుంది. రక్తశోధక, కఫఘ్న, శోధహరము. దగ్గు శ్వాసరోగాలు తగ్గుతాయి. ఎక్కువకాలం కఫంతో బాధపడే వ్యాధులకు దీని విత్తనాల చూర్ణాన్ని నశ్యంగా వాడాలి. శ్వాసరోగాలలో పూవుల రసం, పిప్పిలి చూర్ణం, తేనె కలిపి ఇవ్వాలి. బెరడుతో కషాయం, లేహం గూడా ఇవ్వవచ్చు. అతి మధురం, శిరీష, వాకుడు, అడ్డసరం సమానంగా కలిపి జౌకుటి చూర్ణ క్వాథం శ్వాసరోగాలకు చాలా బాగా పనిచేస్తుంది. గింజల చూర్ణం 3-6 గ్రా॥, రసం 2-4 చంచాలు, క్వాథం 50-100 మి.లీ. వాడాలి. శిరీషారిష్ట బజారులో దొరుకుతుంది.

జీర్ణకోశ, లివర్, స్ప్లీన్ జబ్బులు

ఫారింక్స్, ఆమాశయ (జీర్ణకోశ) రోగాలు Reflex oesophagitis, Peptic ulcers, అగ్నిమాంద్యం, Duodinal ulcers pains in Gall Bladder, Pancreas and liver, expansion of liver and spleen, cirhosis.

ఔషధులు : ఉసిరి, అతిమధురం, శతపుష్ప (సతాప), శరపుంఖా (వెంపలి), కాలమేఘ.

1. అమలక (పెద్ద ఉసిరి) ఆమ్లా ఎమ్లికా ఆఫీపినలిస్ :

త్రిఫలాలలో ఒకటి, ముక్కలు కోసి, ఉడకబెట్టి, ఎండబెట్టి సంగ్రహిస్తే 3 సంవత్సరాలు నిల్వ ఉంటుంది. విటమిన్ బి-1, సి కలిగి ఉంటుంది.

ఇది త్రిదోషహరము, విశేష పైత్యహరము, హైడ్రోక్లోరికామ్లాన్ని తగ్గిస్తుంది. పెప్టిక్ అల్సర్‌ను చాలా బాగా పనిచేస్తుంది. శూలనొప్పిని పోగొడుతుంది. విటమిన్-సి ని బాగా సరఫరా చేస్తుంది. జీర్ణకోశానికి పుష్టినిస్తుంది. ఆకలి పుట్టిస్తుంది. ఎక్కిళ్ళు, రక్తపువాంతులు తగ్గిస్తుంది. ఛాతీమంటలను పోగొడుతుంది. చూర్ణం 3-6 గ్రా॥ రోజుకు రెండుసార్లు, రసం 5 చంచాలు తేనెతో, చూర్ణక్వాథం బెల్లంతో వాడవచ్చు.

2. యష్ఠి మధుకం (అతి మధురం) ములహఠ (లికోరిస్) :

దీనివేళ్ళు మాత్రమే ఔషధంగా ఉపయోగిస్తాయి. దీనిలో కల్తీ ఉంటుంది. జాగ్రత్తగా గమనించాలి.

ఇది దాహాన్ని పోగుడుతుంది. వాత, పైత్యశాంతి చేస్తుంది. అన్ని రసోత్పాదక గ్రంధులపైన ప్రభావం చూపుతుంది. కడుపులో మంట, నొప్పి, పెప్టిక్ అల్సర్‌కు పనిచేస్తుంది. ఉదరశూలకు ప్రధాన ఔషధం. నాడీ మండలానికి బలం కలిగిస్తుంది. బుద్ధి వర్ధకం. లివర్ టానిక్, శ్వాసరోగాలు, దగ్గు, లారింగిటీస్‌లకు పనిచేస్తుంది. టి.బి.కి పనిచేస్తుంది. కఫం తగ్గుతుంది. 3-6 గ్రా॥ చూర్ణం చన్నీళ్ళఓ కలిపి తీసుకోవాలి. దీని సత్వం $^{1}/_{2}$-1 గ్రా॥ వాడాలి. రోజుకు 2, 3 సార్లు వాడాలి.

3. శతపుష్ప (సదాప) యాంతమ్ సోవ :

కఫ, వాతాలను తగ్గిస్తుంది. కడుపులో నొప్పి, అరుచి, వమనములు, అగ్ని మాంద్యం అజీర్ణం, క్రిమి రోగాలకు పనిచేస్తుంది. దప్పిక, డయేరియా, మొలల వ్యాధులకు పనిచేస్తుంది. వాయువును బయటికి నెడుతుంది. చూర్ణం 1–3 గ్రా॥ తైలం 1–3 బొట్లు, అర్కం 20–40మి.లీ. వాడాలి. జనరల్ డెబిలిటీకి పనిచేస్తుంది. అర్కసోయం, శతపుష్పాది చూర్ణం, శతపుష్పాంకం బజారులో దొరుకుతాయి.

4. శరపుంఖా (వెంపలి) టెఫ్రోసియా పర్పురా :

దీని విత్తుల నుండి నూనె తీస్తారు. ఔషధిగా వేరు, పంచాంగములు ఉపయోగిస్తారు.

ఇది కఫ, వాతములను శమింపజేస్తుంది. యకృతే, ప్లీహవృద్ధికి మంచి మందు. ఉదరశూల (కడుపునొప్పి), అగ్ని మాంద్యం, మలబద్ధకం తగ్గుతాయి. వేరు, క్షారము యాకృత్ (లివరు) నొప్పి, ప్లీహం (స్లీన్) లో కాంగెషన్ తగ్గిస్తుంది. క్రిమినాశకం గూడా జీర్ణజ్వరము, (కామెర్లు), సిరోసిస్ ఆఫ్ లివర్‌లకు మంచిది. చూర్ణం 3–6 గ్రా॥ రసం 2–4 చంచాలు, క్షారం 1–3 గ్రా॥ వాడాలి.

5. కాలమేఘ (ఎండోగ్రాఫిస్ పినాక్యులట) :

భూవింబ, కల్పనాధ, కరియాతు అని గూడ పిలుస్తారు. 1–3 అడుగుల ఎత్తు పెరుగుతుంది. మైదానాలలో దొరుకుతుంది. పంచాంగములు ఉపయోగిస్తారు.

ఇది కఫ, పిత్త శాంతికి, లివర్ టానిక్ పనిచేస్తుంది. అగ్నిమాంద్యం తగ్గుతుంది. విరేచన బద్ధకం, క్రిమిరోగాలకు పనిచేస్తుంది. మలేరియాకు కాలేయ, ప్లీహ (లివర్ అండ్ స్లీన్) వృద్ధికి మంచిది. అల్కహోలిక్ లేదా

న్యూట్రిషనల్ సర్‌హోసిస్‌కు పనిచేస్తుంది. పంచాంగ చూర్ణం 1–3 గ్రా॥. రసం 5–10 మి.లీ. క్వాథం 20–40 మీ.లీ. తత్వం $^1/_2$ నుండి 1 మి.లీ. వాడాలి.

దిగువ జీర్ణాశయ రోగాలు

ప్రేములు, రెక్టమ్, అనాల్ రీజియన్, అపెండిక్స్, ప్రేవులలో క్రిములు చేరి నొప్పి కలుగుతుంది. కోలిటిస్, డయోరియా, డిసెంట్రి, అమోబిక్ హెపటైటిస్, త్రెడ్‌వామ్, పిన్‌వామ్, రౌండ్‌వాంమ్ మొదలైన మలబద్ధకం (కాన్‌స్టిపేషన్), ఇర్రిటేటబుల్ బౌల్ సిండ్రోమ్.

దీనికి కరక్కాయ, బిల్వ (మారేడు), రేలచెట్టు, నాగకేసరములు, కొడిశపాల ఔషధులు (విడంగ).

1. కరక్కాయ (టెర్మినాలియ చేబూల) హరీతకి :

ఇది తల్లివలె మేలుచేస్తుంది. అమృతంతో సమానమైనది. కరక్కాయలో టానిన్ చెబులేజిక్ యాసిడ్, చెబులినిక్ యాసిడ్ ఉన్నాయి. కరక్కాయ త్రిదోషములను హరిస్తుంది. లవణంతో కఫానికి, చక్కెరతో పైత్యానికి, నేతితో వాత, వికారాలకు వాడాలి. ప్రేవులను సంకోచింప చేసి రసస్రావాలను తగ్గిస్తుంది. సూక్ష్మజీవులను నశింపచేస్తుంది. కరక్కాయ ముఖ్యంగా వాతనాశిని కాబట్టి నాడులకు బలం కలుగజేస్తుంది. క్రిమిరోగాలు, సంగ్రహణి, మొలలవ్యాధి తగ్గిస్తుంది. పైత్యాన్ని శమింప జేస్తుంది. జీర్ణాశయాన్ని క్రమపరుస్తుంది. కామెల, అగ్నిమాంద్యం, కాలేయ, ప్లీహవృద్ధి తగ్గిస్తుంది. కరక్కాయ చూర్ణాన్ని వాడాలి. డిసెంట్రీకి ఉడకబెట్టి గాస్ట్రైటిస్‌కు బుగ్గన పెట్టుకుని చప్పరించి మలబద్దకానికి చూర్ణం వాడాలి. మొలలకు పెరుగులో కలిపి వాడాలి. అభయరిష్ట పధ్యాదివటి, చిత్రకహారీతకి, హరీతకి ఖండం, విశిష్ఠ యోగాలు.

2. బిల్వ (మారేడు) : బేల్ ఐగల్ సేమ్‌లస్ :

కఫ, వాత, శామకము. జీర్ణమండలంపై బాగా పనిచేస్తుంది. వేరు బెరడు, పచ్చికాయ అగ్నిమాంద్యం, అతిసార, డిసెంట్రీలకు పనిచేస్తాయి. పురాణ గ్రహణి, మొలలకు పనిచేస్తుంది. కలరాకు మంచి ఔషధం. అల్సరేటివ్ కొలిటిస్‌కు పనిచేస్తుంది. క్రిమినాశకము. కాయచూర్ణ: 3-6గ్రా॥ రసం 10-20 మి.లీ. షర్బత్ 30-40 మి.లీ. తేనేతోగానీ, కలకండతోగానీ కలిపి తీసుకోవాలి. మిరియాలతో కలిపి స్వరసం కామెల, బంకవిరేచనాలకు పనిచేస్తుంది.

3. అమలతాన్ (రేలచెట్టు) కాసియా ఫిస్ట్యుల :

అరుచి, బంక విరేచనాలు, కోలిక్, లివర్ నొప్పి, గుండెకు నీరు చేరడం, గుజ్జు 5-10 గ్రా॥ క్వాథం 50-100 మి.లీ. ఆరగ్వధాధి తైలం, ఆరగ్వథారిష్ట దొరకుతాయి.

4. నాగ కేసరాలు (మెసువా ఫెరియా) :

కఫ, వాత, శామకము. జీర్ణమండలంపై పనిచేస్తుంది. పైల్స్, ఫిస్ట్యులా అగ్నిమాంధ్యం, అజీర్ణం, క్రిములు, రక్తప్రదరం (ల్యుకోరియా ఎరుపు), కేసరముల చూర్ణం 1-3 గ్రా నీళ్ళు లేక తేనెతో కలిపి తీసుకోవాలి.

5. కుటజ (కొడిశపాల) హోలరిన యాంటీ డిసంట్రికా :

కఫ పిత్తశామకము. ప్రేవులపై పనిచేస్తుంది. అమీబియాసిస్, మొలలు, అగ్నిమాంద్యం, కడుపునొప్పి, చూర్ణం 3-6 గ్రా॥ పరగడుపున నీళ్ళతో పుచ్చుకోవాలి. కుటజారిష్ట, కుటజాసుర, కుటజావ లేహ్యం దొరకుతాయి.

6. విడంగ (వాయు విళంగాలు) ఎల్‌బాలియ రైబిస్ :

కఫవాతశాకము చూర్ణం 1 నుండి 2 గ్రా॥ పాలలో మరగబెట్టి వాడాలి. విడంగాది చూర్ణం, విడంగతైలం, విడంగ లేహ్యం, దొరుకుతాయి.

URINARY TRACT DISEASES
మూత్రాశయ వ్యాధులు

1. అశోక (జనసియ అశోక) :

స్త్రీల సమస్త శోకములను దూరం చేస్తుంది. కఫ, పిత్త, శామకము, యోని దోషములకు సర్వశ్రేష్ట ఔషధి. మాసికధర్మం (పీరియడ్స్) సక్రమం చేస్తుంది. మెన్‌స్ట్రుయల్ పెయిన్ పోగొడుతుంది. (కోలిక్). రక్తస్రావం కడుతుంది. ప్రొటెక్ట్స్ ఇంటర్నల్ లేయర్ ఆఫ్ యుటెరస్. బీజచూర్ణం 10–15 గ్రా॥ పుష్పచూర్ణం 3–6 గ్రా॥ బెరడు కషాయం 50 మి.లీ. శ్వేత ప్రదరానికి కలకండ లేదా ఆవుపాలతో తీసుకోవాలి.

2. గోక్షుర, పల్లేరు :

(Trevalas Terestis) పిత్తశామకము. జెనిటో యూరినరీ ట్రాక్ట్ డిసీజెస్, ఒత్తిడి, మూత్రపిండాల వ్యాధులు, డైయరెటిక్, మూత్రపిండం లోని రాళ్ళను 15 రోజులలో పగులగొడుతుంది. నెఫ్రైటిస్, ప్రొస్టేట్, గ్లోమోరులో, నెఫ్రైటిస్ వ్యాకోచం, ప్రొస్టేట్ గ్రంధి నొప్పి, యురేత్రాలో నొప్పి, ల్యూకోరియా, డిశ్చార్జి, జెనిటో యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్ఫెక్షన్, యుటెరస్ నొప్పి నివారిణి, డిస్–యూరియా. పండ్ల చూర్ణము 3–4 గ్రా॥ రోజుకు 2, 3 సార్లు. పంచాంగ కషాయం 50–100 మి.లీ.

3. వరుణ (ఉలిమిచెట్టు) Kreriva Narhula :

కఫ, వాతశామకము, పిత్తవర్ధకము. Pain in Prostate gland,

disurea (మూత్ర కృచ్ఛము) నొప్పితో మూత్రం వెడలుట, మూత్ర పిండాలలో ఇన్ఫెక్షన్, రాళ్ళ తయారీని నిలుపుతుంది. యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్ఫెక్షన్స్, (Urinary Tract Infections), గనేరియా, గోక్షుర భాగాలు నాలుగురెట్లు నీటిలో మరగబెట్టి కషాయం చేసి రోజుకు రెండుసార్లు వాడాలి.

4. లోధ్ర Simpalorus Recimosa :

కఫ, పిత్త శామకము. అతి రక్తస్రావం, గర్భాశయం నొప్పి, Endometrosis, White and Red leucorrhea, Pain in Falopian tubes. Pelvic inflammatory Disorders, Threatened Abortion, Genital, Uterine pains (Vaginal doosh) బెరడు చూర్ణం 1 నుండి 3 గ్రా॥ లోధ్రాసవ, లోధ్రాది క్వాథం దొరుకుతాయి.

రక్తశోధన : (Blood Purification) సంక్రమణ (Infection): రక్త శోధన ఆయుర్వేద ప్రయోగం, సంక్రమణ అల్లోపతీ ప్రయోగ శబ్దం, గిలోయ్ (తిప్పతీగ), సారివా (శారిబాది), ఖదిర (చంద్ర), చిరయతా (నేలవేము), రక్తశుద్ధికి, యాంటీబయాటిక్స్‌గాను గూడా పనిచేస్తాయి.

1. గిలోయ్ (తిప్పతీగ) Tinospora kardho Folia :

దీన్ని అమృత, గుడూచి, తంత్రిక, కుండలాకార, చక్రలక్షణిక అని గూడ పిలుస్తారు. ఇది ఒక లత. దీనిలో బర్బెరీస్ అనే అల్కలాయిడ్, గిలోయిన్ అనే గ్లైకోసైడ్ ఉంటాయి.

ఇది త్రిదోషహరం, రక్తశోధకము, జర్వఘ్నము. ఇది వృద్యాప్యాన్ని చేరనీయదు. కాయకల్పం చేస్తుంది. రక్తవికారాలు, జీర్ణజ్వరాలు తగ్గుతాయి. లివర్‌కు టానిక్ లాంటిది. క్వినైన్ లాంటిది. టైఫాయిడ్,

టి.బి.కాలాజార్, జీర్ణకాస (క్రానిక్ బ్రోంకైటిస్)లకు పనిచేస్తుంది. మైక్రోబ్యాక్టీరియల్ ట్యూబర్‌కులై, కోలి, ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్‌లకు మంచి యాంటీబయాటిక్, మధుమేహం, కుష్టురోగం, కామెర్లకు (ఇన్‌ఫెక్టివ్ హెపటైటీస్) లకు బాగా పనిచేస్తుంది. ఆయుర్వేదాన్ననుసరించి తేనెతో తీసుకుంటే వాతరోగాలకు, పంచదారతో పైత్యరోగాలకు, తేనెతో కఫ రోగాలకు పనిచేస్తుంది. దీని సత్వం (తిప్పసత్తు) 1-2 గ్రా॥ చూర్ణం 3-6గ్రా, క్వాథం 50-100 మి.లీ. వాడాలి.

అమృతారిష్ట గూడూచ్యాది చూర్ణం గుడూచ్యాది క్వాథం మంచి మందులు.

2. సారివా (సుగంధపాల) హెమిడెస్‌మస్ ఇండికస్ :

అనంతమూల, గోపవల్లి, కపూరి, ఉపలసరి, ఇండియన్ సర్సపరిల్ల అని కూడా పిలుస్తారు. తెలుపు, నలుపు రెండు రకాలు. తెల్ల సుగంధపాల ఔషధిగా బాగా పనిచేస్తుంది. ఇందులో సెపోనిన్ ఎంజైమ్ ఉంటుంది.

ఇది త్రిదోష శామక రసాయనం. రక్తశుద్ధి చేస్తుంది. జ్వరం తగ్గిస్తుంది. అవయవాలలో నీరు చేరనీయదు. చర్మానికి చాలా మంచిది. రక్తంలోని విషాలను మూత్రం ద్వారా విసర్జింపజేస్తుంది.

కల్కం 5-10 గ్రా॥ కషాయం 50-30 మి.లీ. చూర్ణం 3-6గ్రా॥ శారిబాదివటి, శారిబాద్యాసవం, శారిబాద్యవ లేహ్యం విశిష్టయోగాలు.

3. ఖదిర (కామ, చంద్ర) అకాసియ కాటేచు : కఫ, పిత్తశామకము, రక్తశుద్ధి చేస్తుంది. కాగ్‌లంట్, రక్తస్రావం తగ్గిస్తుంది. కుష్టు ప్రాథమిక స్థితిలో పనిచేస్తుంది. నోరు, ముక్కు, మలాశయ, మూత్రశయాల రక్తస్రావాన్ని అరికడుతుంది. కామెలరోగానికి పనిచేస్తుంది. చూర్ణం 3 గ్రా॥ క్వాథం 50-100 మి.లీ. ఖదిర సారం $^1/_2$ నుండి 1 గ్రా॥.

4. చిరాయతా (నేలవేము) స్వర్సియ చిరాట :

ఖదిరారిష్ట, ఖదరాదిక్వాదం, ఆద్రవాదివటి మంచి యోగాలు. సన్నిపాత జ్వరం, వ్రణ, రక్తదోషాలు, బిసిలేమియలకు పనిచేస్తుంది. మంచి యాంటీ బయాటిక్. త్రిదోష హరం. జీర్ణజ్వరాలు, మలేరియా ఇన్‌ఫెక్షన్ ఆఫ్ లివర్. హెల్‌మింతసిస్ గ్రూప్ ఆఫ్ బ్యాక్టీరియా మీద పని చేస్తుంది. క్వాథం 50-100 మి.లీ. రోజుకు 2-3 సార్లు వాడాలి. కలకండతో చూర్ణం 1-3 గ్రా॥ సుదర్శన చూర్ణం, కిరాతాది క్వాథం విశిష్టయోగాలు.

హార్మోను మండలం : హార్మోను సర్కిక్యులేషన్

Endrocine Glands (ACTH, Tnyroxin, growth harmone edrinalin, Testosteron, Oxytocin) వస్తాయి. Pancreas కాని ముఖ్యంగా Thyroid పై పనిచేసే కాంచదార్ (దేవకాంచన), Pancreas (క్లోమం)పై పనిచేసే మేషశృంగి (గుడ్‌మార్, ఒద్దిచెట్టు) చర్చించబడతాయి. ఇందులో థైరాయిడ్ ఎండాక్రిక్, పాంక్రియాస్ విక్సో క్రినే గ్లాండ్ Pancreas endocrine అయితే Pancreas Exocrinegland. Thyroid వ్యాధులు Thyrotoxisosis, Goitre, Mixidema అయితే Pancreas Diabetes, Spontaneous hypoglycemia.

1. కాంచదార్ (దేవకాంచన, కోవిదార) Bahonia Verigata :

గండమాలా నాశకద్రవ్యం. గండహరి, కచనార, యుగపత్రక, స్వల్ప కేసరి, చంపకారి అని గూడా పేర్లు. 10 అడుగుల వరకూ పెరుగుతుంది. రెండుగా చీలిన ఆకులుంటాయి. కాండం బూడిదరంగు పువ్వులు తెలుపు, గులాబి లేక వంగపండు రంగు, ఏప్రిల్ మే నెలలో అడుగు పొడుగు పండ్లు 12-15 గింజలలో వస్తాయి. భారతదేశమంతటా 4000

అడుగుల ఎత్తు వరకూ దొరుకుతాయి. బెరడు, పూలు ఔషధులుగా పనికి వస్తాయి.

కఫ, వాతహరం, ఎండాక్రిన్ గ్రంథుల మీద పనిచేస్తుంది. ఇంటర్ సెల్యూలర్ ఎడెమాపై పనిచేస్తుంది. (అంతఃకోశీయ శుద్ధి), పెరోటిడ్ గ్లాండ్స్ నొప్పి (గదవ బిళ్ళలు) తగ్గుతాయి. థైరాక్సిన్, ఆక్సిజన్, మెటబాలీజమ్ అభివృద్ధి చేస్తుంది. సాత్మీకరణ స్థితికి తీసుకువస్తుంది. బెరడు చూర్ణం 3-6 గ్రా॥ క్వాథం 40-80 మి.లీ. పుష్పరసం 10-20 మి.లీ. వాడాలి. కాంచనార గుగ్గులు విశిష్ట యోగాలు.

2. మేషశృంగి (బద్ధిచెట్టు) జిమ్నెమా సిల్‌వెస్టర్ :

మధునాశిని, మేడాసింగీ కావలి అని గూడ పిలుస్తారు. ఆకులు నాలుక మీద వేసుకుంటే తీపిని గ్రహించే శక్తిపోతుంది. పులుపుపై ప్రభావం ఉండదు. లవణంపై తగ్గుతుంది. అందువల్ల మధునాశిని అని పేరు. ఉత్తర పశ్చిమ భారతదేశంలో దొరుకుతుంది. ఇది ఆరోహినీ లత (క్రీపర్). ఆకులు, అండాకారం, పూవులు పుసుపుపచ్చ గంట ఆకారం. ఆగస్టు, సెప్టెంబరులో పూస్తాయి. 2-3 పళ్ళు, జనవరి, మార్చిలో పండుతాయి.

దీని ఆకులలో జిన్నేమిక్ యాసిడ్, కెర్విటాల్, కాల్షియం ఆక్సలేట్, యాంత్రోక్వినోన్ ఉంటాయి. దీని ఆల్కహోలిక సత్వంలో సెపోనిన్ ఉంటుంది. బ్రహ్మవర్చస్, ఐ.డి.పి.ఎల్ పరిశోధనలలో ఇది డయాబిటిస్‌కు బాగా పనిచేస్తుందని కనిపెట్టబడింది. Alcohol extract capsules గూడా తయారవుతున్నాయి. ఇది కఫ, వాతశామకము, విషనాశిని. లివర్ లేదా గాస్ట్రిక్ స్టిములెంట్, ఇన్సులిన్ స్రావాన్ని పెంచుతుంది. గ్లూకోజ్‌ని అస్సిలేట్ చేస్తుంది. డ్యూరెటిక్, అంటాసిడ్. పత్రచూర్ణం 3-6గ్రా॥ వ్రేళ్ళ (రూట్) క్వాథం 50-100 మి.లీ. వాడాలి.

బలవర్ధకాలు - టానిక్స్

జీవనశక్తిని పెంపొందించే బలాన్నిచే రసాయనాలు 1) అశ్వగంధ, 2) శతావరి 3) బలా. ఇవి వాజీకరణ ఔషధులు.

1) అశ్వగంధ (పెన్నేరుగడ్డ) విడోనియ సోమ్నిఫెర :

అశ్వగంధ వేళ్ళలో Alkaliods, Anahigrin, Trypin, Troyado spin, Bidasomin, Vedanal Vitamin ఉంటాయి. ఇది కఫ, వాత శామకం. బల వర్దకం జీర్ణరోగాలు, క్షయకు పనిచేస్తుంది. కాయకల్ప యోగంలో ప్రముఖమైనది. ధాతువృద్ధి, మాంస మజ్జాశుద్ధి చేస్తుంది. టెన్షన్ తగ్గిస్తుంది. మూర్ఛ, భ్రమ, అనిద్ర, హై.బి.పి. శ్వాసరోగాలు, శుక్రదౌర్భల్యం, కుష్టు అన్నిటికీ పనిచేస్తుంది. ముసలితనాన్ని పోగొడుతుంది. రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ పెరుగుతుంది. మూలచూర్ణం 3-4 గ్రా॥ ఒకేసారిగా క్షారం 1-3 గ్రా॥. అశ్వగంధ ఘృతం 2 చంచాలు వాడాలి. అశ్వగంధాది చూర్ణం, అశ్వగంధారిష్ట, అశ్వగంధ రసాయనం, విశిష్ట యోగాలు.

2) శతావరి (పిల్లిపిసర, పిల్లితెగులు) Asparagus Recimosus (creeper)

ఇందులో శ్లేష్మక ద్రవ్యములు, చక్కెర, సైపోనిస్, Amino Acids ఉంటాయి. కఫ, పిత్త శామక బలరసాయనం (టానిక్) మీద ప్రభావం ఉంటుంది. మాంస, రక్త, ధాతువు, శుక్రబలవర్దని టి.బి.తోసహా అన్నిటి మీద పనిచేస్తుంది. Resistance జీవనశక్తి పెరుగుతుంది. వేడిని తగ్గిస్తుంది. శరీరమంతటా లోపాలను పూరిస్తుంది.

శతావరి హృదయ సంకోచన శక్తిని పెంచుతుంది. గర్భాశయం యొక్క సమగ్ర విధి వ్యవస్థను సంతులనం చేస్తుంది. Pitutory Adrenal axisపై ప్రభావం చూపి Harmone secretionపై ప్రభావం చూపుతుంది.

రసం 2–3 చంచాలు, చూర్ణం 3–6 గ్రా॥ క్వాథం 50 నుండి 100 మిలీ వాడాలి. వీలైతే పచ్చిది. దొరకపోతే ఎండుది చూర్ణం వాడాలి.

శతావరీ ఘృతం, శతావరీ పానకం విశిష్టయోగాలు.

అన్నిరోగాలకు ఒకే ఔషధి : తులసి

క్వాథం – పావు నీళ్ళలో కషాయం

ఫాంటం – 4 రెట్లు నీటిలో కషాయం

కల్కం – నూరిన పచ్చడి లాంటిది

సత్వము – గట్టి పడినదాక వండినది

రసం, చూర్ణం.

పంచాంగములు : వేరు, కాండం, ఆకులు, పూలు, పళ్ళు.

తులసి శబ్దాన్ని విశ్లేషిస్తే దీనితో దేనిని తులతూయడం అసంభవం అని అర్థం వస్తుంది. తులసి హిందూధర్మంలో జనని, తులసి మహాత్మ్యము కారణశక్తుల సూక్ష్మప్రభావంతో పురాణ వాఙ్మయం నిండి ఉన్నది. తులసి సర్వరోగ నివారిణి, జీవనీశక్తి సంవర్ధని, ప్రత్యక్ష దేవత. అన్నిటికన్న చౌకగా దొరికే సులభ, సుందర, ఉపయోగకర వనస్పతి. మనకు వరం.

వనస్పతి పరిచయం : తులసి ఎల్లప్పుడూ పచ్చదనం కలిగి పొదగా ఎదుగుతుంది. సెప్టెంబర్, అక్టోబర్ మాసాలలో పూలు పూస్తుంది. పొదంతా మంజరులతో నిండి సుగంధ భరితంగా ఉంటుంది. తరువాత గింజలు వస్తాయి. తులసిలో ఎన్నో జాతులు ఉన్నాయి.

1) కృష్ణ తులసి (Ocimum anericane) గంభీరా

2) మంజారికి, సురసా (Ocimum bacikim) మరువా

3) Ocimum balilikam minimum

4) రామతులసి, వనతులసి (Ocimum graticum)

5) కర్పూర తులసి (Ocimum Kilimanericum)

6) Ocimum Sanctum

7) Ocimum viridi

ఇందులో Ocimum Sanctum ప్రధానమైనది. పవిత్రతలో శ్రీ తులసి. ఆకులు ఆకుపచ్చగా ఉంటాయి. కృష్ణ తులసిలో ఊదారంగు కలుస్తుంది. గుణధర్మాలలో కృష్ణ తులసి శ్రేష్ఠం.

పత్రములు, మూలము బీజములు గూడా ఔషధీ గుణాలు కలిగినవే. వీటిని ఎండబెట్టి శీతల ప్రదేశంలో మూతపెట్టిన పాత్రలలో ఉంచి సంవత్సర కాలం నిల్వ చేయవచ్చు. తాజా ఆకురసం వాడడం శ్రేష్ఠం.

అన్ని రకాల కఫ, వాత, వికారాలకు తులసి పనిచేస్తుంది. లేపనంగా శోభి, వర్ణ, సంధి, పీడా, మోచములనే చర్మరోగాలకు, Low B.P. కి శరీరంపై లేపనంగా పూయాలి. గజ్జి, చిడుము మొదలైన చర్మరోగులకు కూడా పై పూతగా వాడాలి. చరక సంహితననుసరించి ఇది అగ్ని మాంద్యం. ఉదర శూల (అజీర్ణం కడుపు నొప్పి), ప్రేవులలో క్రిములకు పనిచేస్తుంది. రక్తశుద్ధి చేస్తుంది. దగ్గు, ఆయసం తగ్గుతాయి.

ఆచార్యశర్మననుసరించి మూత్రదాహం, విసర్జనలో కష్టం, బ్లాడర్‌లో నొప్పి, రాళ్ళు వీటికి బీజచూర్ణం పనిచేస్తుంది. కుష్టుకు సర్వశ్రేష్ట ఔషధి. విషమ జ్వరాలకు తగ్గిస్తుంది. క్షయ (టి.బి.)కి బాగా పనిచేస్తుంది. మలేరియాను నిరోధిస్తుంది. ఈ పొద ఉన్న ప్రదేశంలోకి దోమలు రాలేవు. రసం పూసుకుంటే దోమలు కుట్టవు. తెల్లతులసి వేడిచేస్తుంది. చిన్నపిల్లల

జలుబుకు బాగా పనిచేస్తుంది. కృష్ణతులసి కఫాన్ని తగ్గిస్తుంది. జ్వరాన్ని గూడా తగ్గిస్తుంది. ఎండు ఆకుల చూర్ణం Sinusitis (పీనస) కు పనిచేస్తుంది. తులసీ స్థిరతైలం చెవిపోటును తగ్గిస్తుంది. కృష్ణతులసీతో మలేరియాను పూర్తిగా అరికట్టవచ్చు. చలిజ్వరం తగ్గుతుంది. తులసి రసాన్ని సేవిస్తే ఊపిరితిత్తులలో నిండిన కఫమంతా నాసిక ద్వారా బయటికి త్రోసివేయబడుతుంది.

డా॥ నాదకర్ణి తులసి శరీరంలోని విద్యుదీయ రచనపై ప్రభావం చూపుతుందని, అందువల్ల తులసిమాలను మెడలో వేసుకోవడం మంచిదని అంటారు. చాలావరకు వ్యాధులు దగ్గరకు రావని అంటారు. ఉదయం, సాయంసంధ్యలలో తులసి వేరు తింటే ఎంతటి బలహీనుడైనా బలవంతుడుతుంటారు.

డా॥ ఖగేంద్రనాథవసు మతానుసారం తులసి శరీరాన్ని తాకడం వల్ల Infections రావంటారు. తులసిచెట్టు మొదట్లో ఉన్న మట్టి తిన్నా, పూసుకున్న చాలునంటారాయన.

తులసిలో టానిక్, సెపోనిన్, గ్లైకోసైడ్స్, అల్కలాయిడ్స్ ఎన్నో ఉన్నాయి. తులసి విత్తుల నూనెలో Seetosterol, Olic, Linolic, linolanic Acids ఉన్నాయి. Palmitic, Steeric Acids గూడా ఉన్నాయి.

Indian News August 1988లో వ్రాసిన ప్రకారం తులసిలో ఉన్న రసాయనాలు శాస్త్రంలో వర్ణించిన ప్రభావాన్నంతటినీ కల్గి ఉన్నాయి. అతి కీటకనాశని, కీటనిరోధిని యాంటీబయాటిక్, ప్రాఫిలాక్టిక్, ఎలాఫిలిస్ జాతి దోమలను నశింపజేస్తుంది. డా॥ పుష్పగంధన్, సోబతీ తమ Research Thesisలో విస్తార వర్ణన ఉన్నది.

తులసి యొక్క ఈథర్ టి.బి.మైక్రో, బ్యాక్టిరియమ్ టి.బి.ని నిరోధిస్తుంది.

Value of India అనుసారం తులసి రసం మరెన్నో సూక్ష్మజీవులను నశింపజేస్తుంది. Stepilococcus Arios, Salmonela, Typhosa, Accaraciacoliపై కన్నా 6 రెట్లు శక్తివంతమైనది.

1) స్వరసం 2–3 స్పూనులు, గింజల చూర్ణం 1–2 గ్రా॥ కషాయం 1–2 ఔన్సులు, దగ్గుకు తులసి వేరును బుగ్గన పెట్టుకుని రసం పీల్చాలి. కృష్ణ తులసి రసం $1^1/_2$ స్పూనులు మిరియాలతో కలిపి తీసుకుంటే దగ్గు తగ్గుతుంది. ఊపిరితిత్తులలో గురకతో గూడిన దగ్గుకు ఎండుతులసి ఆకులపొడి కలకండతో కలిపి 4 గ్రా॥ తీసుకోవాలి. శ్వాసరోగాలకు ఒక స్పూను తులసి రసం 2 స్పూనులు తేనెతో కలిపి తీసుకోవాలి.

2) విషమ జ్వరాలకు తులసిపత్ర కషాయం ప్రతి 3 గంటలకు ఒకసారి త్రాగాలి. లేదా $^1/_2$ చంచా రసం తేనెతో తీసుకుంటూ ఉండాలి. మామూలు జ్వరానికి కృష్ణతులసి రసం 2 చంచాలు, ఆవు నెయ్యి 10 గ్రా॥ కలిపి రోజుకు 2–3సార్లు తీసుకోవాలి. తులసి నీరు కషాయం అయితే $^1/_2$ ఔన్సు చొప్పున రోజుకు 2 సార్లు తీసుకోవాలి. అన్ని జ్వరాలకు 20 తులసి ఆకులు 10 మిరియాలు కలిపి కషాయం కాచి త్రాగాలి. టైఫాయిడ్‌లో 10 తులసి ఆకులు, 1 మాషం జాపత్రి (1 గ్రా॥) కలిపి నీటితో నూరి తేనెతో కలిపి రోజుకు 4 సార్లు సేవించాలి.

3) వాంతులకు ఉదయం తులసి రసం తేనెతో తీసుకోవాలి. అజీర్ణానికి, లివర్, స్ప్లీన్ జబ్బులకు తులసి కషాయం (చిక్కగా) త్రాగాలి. నాసియా వోమిటింగ్‌కు తులసి, యాలకులు, అల్లం కలిపి రసం తీసుకోవాలి. నీళ్ళ విరేచనాలకు జీలకర్ర 1 గ్రా॥, 10 తులసి ఆకులు రసం తీసి

తేనెతో సేవించాలి (రోజుకు 3 సార్లు). మొలలవ్యాధికి (పైల్స్) తులసి రసం త్రాగాలి. పై పూతగూడ పూయాలి.

అతిసారము (Gastroenteritis) కు తులసిగింజలు నూరి ఆవుపాలతో కలిపి సేవించాలి. క్రిమిరోగాలకు కషాయం, కడుపునొప్పికి తులసి దళాలను కలకండతో కలిపి వాడాలి, రక్తవిరేచనాలకు గింజల చూర్ణం 3 గ్రాములు ఉదయం, సాయంత్రం కలకండతో తీసుకోవాలి. పైల్స్‌కు పెరుగుతో కలిపి సేవించాలి.

4) కుష్టుకు తులసిరసం ప్రతిరోజూ ఉదయం, సాయంత్రం వాడాలి. తామర, తులసి పంచాంగ చూర్ణం నిమ్మరసంతో కలిపి పూయాలి. వ్రణాలను తులసి కషాయంతో కడగటం మంచిది. రక్తశుద్ధికి తులసి, తిప్పతీగ 3 గ్రా॥ కషాయం కాచి పంచదారతో కలిపి సేవించాలి.

5) మెదడుకు బలానికి రోజూ 5 తులసి ఆకులు సేవించాలి. తల నొప్పికి తులసి పంచాంగ చూర్ణం 65 గ్రా॥ నీటిలో రాత్రి నానబెట్టి ఉదయం ఆ నీళ్ళు త్రాగాలి.

ధాతుదౌర్బల్యానికి ఒక గ్రాము తులసి విత్తులు ఆవుపాలతో ఉదయం, రాత్రి తీసుకోవాలి. నపుంసకత్వానికి తులసి బీజాచూర్ణం లేదా వేళ్ళు సమానంగా పాతబెల్లం కలిపి, ప్రదర రోగం (కుసుమ)లో తులసి ఆకు రసం, అశోక పత్రరసం కలిపి తీసుకోవాలి.

క్యాన్సర్‌కు రోజూ 25 తులసి ఆకులు రసం తీసి త్రాగాలి. పాముకాటుకు వెంటనే తులసి రసం త్రాగించాలి. కాటు వేసినచోట తులసివేరును వెన్నలేక నేతితో నూరి లేపనం చేయాలి. రంగు తెలుపు నుండి నలుపుకు మారి, విషాన్ని హరిస్తుంది. మళ్ళీ మళ్ళీ తాజాలేపనం వేస్తూ ఉండాలి.

శ్రీరామశర్మ ఆచార్య ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని ఆగ్రా జిల్లాలోని ఆవల్‌ఖేడా గ్రామంలో ఆశ్వయుజ కృష్ణ త్రయోదశి, 1911 సం॥ సెప్టెంబరు 20వ తేదీన ఒక జమీందారీ బ్రాహ్మణ కుటుంబంలో జన్మించారు.

10వ యేట కాశీలో పండిత మదనమోహన మాలవ్యాగారిచేత గాయత్రీ మంత్రదీక్ష యజ్ఞోపవీత ధారణ చేయించుకున్నారు.

15వ యేట గురుసత్తా సాక్షాత్కారం పొంది వారి ఆదేశముతో అఖండదీప సమ్ముఖంలో 24 సం॥లు సంవత్సరమునకు 24 లక్షల గాయత్రీ మంత్ర జపం చొప్పున 24 మహా పురశ్చరణలు చేశారు.

1940 వసంత పంచమి నుండి అఖండజ్యోతి మాసపత్రిక ప్రచురణలు లేకుండా నెలకు పది లక్షల కాపీలకు పైగా ఇప్పటికీ ప్రచురింపబడుతున్నాయి. వైజ్ఞానిక, ఆధ్యాత్మికవాదంపై 3 వేలకు మించి చిన్నా, పెద్దా పుస్తకాలను రచించి ప్రచురించారు. (1008 కుండీల) అశ్వమేధ యాగములు భారతదేశములో 23, విదేశాలలో 5 చేశారు. ప్రతి యాగంలో కొన్ని లక్షల మంది పాల్గొన్నారు.

"బ్రహ్మవర్చస్ శోధ్ సంస్థాన్" అనే పరిశోధనాలయము స్థాపించారు. ఇప్పటివరకు అసంభవమైనదిగా పరిగణించబడుచున్న ఆధ్యాత్మిక విలువలకు సంబంధించిన విద్య పూర్తిగా ఒక విజ్ఞాన శాస్త్రంగా అభివృద్ధి చెందుతుందని అద్భుత అభ్యున్నత ఫలితాలను బట్టి నిర్ధారణ చేయబడ్డది.

2400 శక్తి పీఠాలను స్థాపించారు. 20, జూన్ 1971లో తన 60వ యేట మథుర విడచి హిమాలయాలలో ఉగ్ర తపస్సుకై వెళ్ళారు. "శాంతికుంజ్" గాయత్రీ తీర్థం స్థాపించారు.

1990 వసంతపంచమికి "మహాకాలుని సందేశం పేరుతో భవిష్యత్ విధి-విధానాల ఘోషణ. 1990 గాయత్రీ జయంతి (జూన్ 2వ తేదీ) గాయత్రీ పరదేవతలో తన మహా ప్రాణాన్ని కలిపివేశారు.

విచార క్రాంతి అభియాన్, శాంతికుంజ్, హరిద్వార్, ఉత్తరాఖండ్

పండిత శ్రీరామశర్మ ఆచార్య

Book Code-TL0134